

pilatesK 函館店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/15

更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🌿	Reset Flow		Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Waist 🌿	
Anna.T	Miaki.H		Karin.W	Anna.T	Karin.W		Miaki.H	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	jump to burn	Hip & Leg 🌿		Shape up waist	
Miaki.H	Tomona.S		Miaki.H	Miaki.H	Tomona.S		Karin.W	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Waist 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Reset Flow	
Anna.T			Karin.W	Anna.T	Tomona.S		Miaki.H	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Back & Arm 🌿		Pilates Workout	
					Miaki.H		Karin.W	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
Basic 🌿			Miaki.H					
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿			Basic 🌿
Tomona.S			Karin.W	Anna.T	Anna.T			Tomona.S
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
jump to burn	Basic 🌿	Shape up waist	Reset Flow	Body Balance				
Miaki.H	Tomona.S	Karin.W	Miaki.H	Karin.W				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic 🌿	Pilates Workout	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿				
Tomona.S	Karin.W	Anna.T	Anna.T	Tomona.S				

pilatesK 函館店

【 11/25 ~ 】 スケジュール

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close		
Pilates Workout		Back & Arm 🌿	Reset Flow				
Karin.W		Anna.T	Miaki.H				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Back & Arm 🌿		Pilates Cardio	Waist 🌿				
Anna.T		Karin.W	Anna.T				
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
		Waist 🌿	Basic 🌿				
		Anna.T	Miaki.H				
		close	15:00 ~ 16:00				
			Hip & Leg 🌿				
			Anna.T				
			close				
			17:30 ~ 18:30				
		Back & Arm 🌿					
		Anna.T					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	close
		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿			Basic 🌿	
Miaki.H	Tomona.S	Tomona.S					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Hip & Leg 🌿	jump to burn	Beauty Conditioning 🌿					
Tomona.S	Miaki.H	Karin.W					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Reset Flow	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿					
Miaki.H	Tomona.S	Tomona.S					

🌿 : 体験可能レッスン

・ クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・ レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。